

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Черноморская средняя школа №3
имени Пудовкина Федора Федоровича»
муниципального образования Черноморский район
Республики Крым
(МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.)**

ПРИКАЗ

«27» августа 2025 г.

№ 367

Об организации
горячего питания обучающихся

На основании Федерального закона РФ «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ, Законом Республики Крым от 06 июля 2015 года №131-ЗРК/2015 «Об образовании в Республике Крым», СанПиН 2.3/2.4 3590-20 от 27.10.2020 №32, «Методических рекомендаций по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций» от 18.05.2020 №2.4.0179-20, Постановления администрации Черноморского района № 1649 от 23.12.2024 г. «Об утверждении Порядка обеспечения питанием обучающихся в муниципальных бюджетных общеобразовательных организациях муниципального образования Черноморский район Республики Крым»,

ПРИКАЗЫВАЮ:

1. Утвердить положение об организации горячего питания обучающихся в МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» (Приложение 1).
2. Контролировать организацию питания школьников 1 - 11 классов на период 2025-2026 учебный год в соответствии с нормативными требованиями с 01.09.2025 согласно положению, об организации питания в муниципальном бюджетном общеобразовательном учреждении «Черноморская средняя школа №3 имени Пудовкина Ф.Ф.» муниципального образования Черноморский район Республики Крым.
3. Паничкиной А.Г., ответственной за питание, заместителю директора по воспитательной работе:
 - координировать и контролировать деятельность классных руководителей 1 - 11 классов, работников пищеблока по организации питания;
 - обеспечить ежедневный учёт фактической посещаемости обучающимися столовой для получения бесплатного питания;
 - определить контингент обучающихся, охваченных бесплатным горячим питанием, на основании подтверждающих документов и заявлений;
 - составить и утвердить режим питания обучающихся (Приложение 2);
 - организовать работу родительского комитета по контролю за качеством питания;
 - организовать работу бракеражной комиссии;
 - контролировать проведение мероприятий по воспитанию культуры питания на основе принципов здорового питания.
4. Саржан Т., медицинской сестре:
 - не допускать к работе сотрудников пищеблоков без результатов профилактических медицинских осмотров, в том числе на определение возбудителей острых кишечных инфекций бактериальной и вирусной этиологии, при отсутствии всех необходимых вакцинаций;

- осуществлять ежедневный контроль за качеством скоропортящихся продуктов и готовых блюд;
- обеспечить организацию питьевого режима для обучающихся в соответствии с требованиями санитарных правил;
- проконтролировать цикличное десятидневное меню на соответствие всех требований к питанию обучающихся по возрасту (Приложение 3).

5. Тищенко Е.В., заведующей производством:

- следить за соблюдением норм СанПиН при организации питания;
- работать по утвержденному цикличному десятидневному меню;
- прием пищевых продуктов осуществлять только при наличии документов, подтверждающих их происхождение, качество и безопасность;
- обеспечить выполнение сотрудниками пищеблоков технологии приготовления и рецептур блюд и кулинарных изделий в соответствии с технологическими картами и требованиями санитарных правил;
- обеспечить выполнение сотрудниками пищеблоков гигиенических требований к режиму обработки посуды и кухонного инвентаря;
- обеспечить соблюдение персоналом пищеблоков правил личной гигиены;
- обеспечить соблюдение сроков годности и условий хранения пищевых продуктов.

6. Константиновой С.Н., заместителю директора по АХЧ:

- обеспечить наличие достаточного количества исправного технологического и холодильного оборудования, столовой и кухонной посуды, инвентаря, моющих и дезинфицирующих средств;
- осуществлять ежедневный контроль за работой технологического оборудования столовой, принимать срочные меры в случае его поломки.

7. Поварам:

- своевременно и качественно готовить пищу в соответствии санитарными требованиями и нормами;
- соблюдать единое цикличное десятидневное меню для обучающихся 1 - 11 классов;
- осуществлять контроль за качеством скоропортящихся продуктов и готовых блюд;
- осуществлять контроль за входящим сырьем;
- соблюдать санитарно-гигиенические требования на пищеблоке;
- категорически запрещается использование продуктов питания без сертификата качества.

8. Рабочим по кухне поддерживать помещения пищеблока и обеденного зала в должном санитарном состоянии с соблюдением СанПиН режима.

9. Классным руководителям 1 - 11 классов:

- проводить родительские собрания, классные часы, посвящённые рациональному питанию;
- продолжить разъяснительную работу с родителями и обучающимися по организации правильного питания учащихся в школе;
- в случае изменения количественного состава детей льготной категории и учащихся 1 - 4 классов незамедлительно поставить в известность Паничкину А.Г.;
- в течение 1 урока выяснять причину отсутствия обучающихся на учебных занятиях для предоставления достоверной информации;
- контролировать своевременное посещение столовой и прием пищи учащимися 1 - 4 классов, согласно режиму питания обучающихся.

10. Контроль исполнения настоящего приказа возложить на заместителя директора по воспитательной работе Паничкину А.Г.

Директор

Т.А. Максимова

**ПОЛОЖЕНИЕ ОБ ОРГАНИЗАЦИИ ГОРЯЧЕГО ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
В МУНИЦИПАЛЬНОМ БЮДЖЕТНОМ
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОМ УЧРЕЖДЕНИИ
«ЧЕРНОМОРСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА №3
ИМЕНИ ПУДОВКИНА ФЕДОРА ФЕДОРОВИЧА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ЧЕРНОМОРСКИЙ РАЙОН РЕСПУБЛИКИ КРЫМ**

1. Основные положения

1.1. Организация горячего питания учащихся в МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» осуществляется в соответствии с федеральными правовыми актами и нормативными правовыми актами Республики Крым, регулирующими вопросы организации питания учащихся:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (статья 37, статья 79 пункт 7);
- Закон Республики Крым от 06 июля 2015 г. № 131-ЗРК/2015 «Об образовании в Республике Крым»;
- постановление администрации Черноморского района от 26.09.2022 № 969 «Об утверждении Порядка обеспечения питанием обучающихся в муниципальных бюджетных общеобразовательных организациях муниципального образования Черноморский район Республики Крым»;
- СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации питания обучающихся в общеобразовательных учреждениях, учреждениях начального и среднего профессионального образования» (далее – СанПиН 2.3/2.4.3590-20), утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 27.10.2020 № 32;
- Устав школы.

1.2. МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» создаёт необходимые условия для обеспечения горячим питанием обучающихся, организует поставку продуктов питания.

1.3. Данное Положение устанавливает порядок организации рационального горячего питания учащихся в общеобразовательном учреждении, определяет основные организационные принципы, правила и требования к организации питания детей, регулирует отношения между администрацией школы и родителями (законными представителями).

1.4. Настоящее положение разработано в целях обеспечения права обучающихся на организацию полноценного горячего питания в школе, социальной поддержки и укрепления здоровья детей, создания комфортной среды образовательного процесса.

1.5. Основными задачами при организации горячего питания в общеобразовательном учреждении, являются:

- обеспечение школьников питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рациональной и сбалансированного питания;
- гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых в питании;
- пропаганда принципов здорового и полноценного питания.

1.6. Настоящее Положение определяет общие принципы организации горячего питания обучающихся в общеобразовательном учреждении.

1.7. Действие настоящего положения распространяется на всех учащихся школы, родителей (законных представителей) обучающихся, а также на работников общеобразовательного учреждения. Положение регламентирует контроль организации питания администрацией, лица, ответственного за организацию питания, а также бракеражной комиссии образовательной организации, устанавливает права и обязанности родителей, определяет документацию по питанию.

2. Основные цели и задачи организации горячего питания в школе

2.1. Обеспечение учащихся питанием, соответствующим возрастным физиологическим потребностям в пищевых веществах и энергии, принципам рационального и сбалансированного питания.

2.2. Гарантированное качество и безопасность питания и пищевых продуктов, используемых для приготовления блюд.

2.3. Предупреждение (профилактика) среди учащихся инфекционных и неинфекционных заболеваний, связанных с фактором питания.

2.4. Пропаганда принципов полноценного и здорового питания.

2.5. Социальная поддержка учащихся 1 - 11 классов, следующих категорий:

- дети из многодетных семей;
- дети из малоимущих семей;
- дети-сироты и дети, оставшиеся без попечения родителей;
- лица из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей;
- дети с ограниченными возможностями здоровья;
- дети-инвалиды, посещающие общеобразовательное учреждение;
- дети участников специальной военной операции: мобилизованных; добровольцев; военнослужащих по контракту; военнослужащих ЧВК; других категорий лиц, принимающих участие в специальной военной операции; лиц, находящихся на лечении или уволенных с военной службы вследствие ранений (военной травмы), полученных при выполнении задач специальной военной операции, а так же лиц умерших (погибших) в связи с выполнением задач или участием в боевых действиях в ходе специальной военной операции (далее – участники СВО);
- дети, которые находятся на иждивении участника СВО;
- дети, один из родителей (законных представителей) которых находится в повторном браке за участником СВО.

2.6. Модернизация школьных пищеблоков в соответствии с требованиями санитарных норм и правил, современных технологий.

2.7. Использование бюджетных средств, выделяемых на организацию питания, в соответствии с требованиями действующего законодательства Российской Федерации.

3. Основные организационные принципы питания

3.1. Организация питания учащихся является отдельным обязательным направлением деятельности общеобразовательного учреждения.

3.2. Администрация школы осуществляет организационную и разъяснительную работу с обучающимися и родителями с целью организации питания школьников на платной или льготной основе.

3.3. Администрация общеобразовательного учреждения обеспечивает принятие организационно-управленческих решений, направленных на обеспечение горячим питанием обучающихся, пропаганде принципов и санитарно-гигиенических основ здорового питания, ведение консультационной и разъяснительной работы с родителями (законными представителями) обучающихся.

3.4. Обеспечение питанием обучающихся осуществляется с учётом соблюдения среднесуточных наборов пищевых продуктов в соответствии с требованиями к СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

3.5. Питание в МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» может быть обеспечивается за счет средств бюджетов различных уровней, внебюджетных средств, в том числе за счет средств родителей (законных представителей) учащихся.

3.6. К поставке продовольственных товаров и сырья для организации питания в школе допускаются исключительно предприятия и организации, имеющие соответствующие документы.

3.7. Питание в школе организовано на основе примерного десятидневного меню рационов горячих завтраков для обучающихся. Реализация продукции, не предусмотренной утвержденными перечнями и меню, не допускается.

3.8. Гигиенические показатели пищевой ценности продовольственного сырья и пищевых продуктов, используемых в питании школьников, должны соответствовать Санитарно-эпидемиологическим правилам и нормативам СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

3.9. Руководство организацией питания обучающихся на платной и льготной основах в школе осуществляет бракеражная комиссия по питанию, действующая на основании настоящего Положения.

3.10. В своей деятельности по вопросу организации питания МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» взаимодействует с органами муниципальных образований и территориальными управлениями Роспотребнадзора.

3.11. МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» несёт ответственность за качество и безопасность продуктов питания.

3.12. Организацию питания в общеобразовательном учреждении осуществляет лицо, ответственное за организацию питания, назначаемое приказом директора школы.

3.13. Ответственность за организацию питания в общеобразовательном учреждении несет директор.

4. Финансирование расходов на организацию горячего питания

4.1. Финансирование расходов на организацию питания в МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» может быть обеспечивается за счет средств бюджетов различных уровней, внебюджетных средств, в том числе за счет средств родителей (законных представителей) учащихся

4.2. Средняя стоимость питания рассчитывается в соответствии с рекомендуемыми среднесуточными наборами пищевых продуктов, утвержденными СанПиН 2.4.5.2409, СанПиН 2.3/2.4.3590-20 и среднестатистическими ценами на продукты питания, представленными Крымстатом.

4.3. Для обучающихся 1 - 4 классов организовывается питание (завтрак), для учащихся 1 – 4 классов льготной категории организовывается питание (обед) и питание для обучающихся 5 – 11 классов, относящихся к льготной категории (завтрак и обед). Формами предоставления питания в МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» являются:

- для обучающихся 1 – 4 классов, бесплатное горячее питание (завтрак), осуществляется за счет средств субсидий из федерального бюджета и бюджета Республики Крым бюджету муниципального образования Черноморский район Республики Крым из расчета стоимости питания на 1 ребенка в день - 78 руб. 05 коп.;
- обучающиеся 1 – 4 классов, отнесенные к льготным категориям, дополнительно получают бесплатное горячее питание (обед) за счет средств бюджета муниципального образования Черноморский район Республики Крым из расчета стоимости питания на 1 ребенка в день - 85 руб. 73 коп.;
- горячее питание (завтрак и обед) обучающихся, отнесённых к льготным категориям (5 - 11 классы) осуществляется за счет средств бюджета муниципального образования

Черноморский район Республики Крым. Стоимость питания на 1 ребёнка в день составляет 182 руб. 51 коп.;

- для обучающихся 5 – 11 классов, не имеющих социального статуса, указанного в пункте 2.5. настоящего порядка, осуществляется с привлечением родительских или иных, не запрещенных законом, средств. Стоимость горячего питания для данных обучающихся формируется из расчета: завтрак – 82 руб. 96 коп., обед – 99 руб. 55 коп.

4.4. Субсидии (субвенции) из бюджета Республики Крым на организацию питания учащихся 1 - 11 классов носят целевой характер и не могут быть использованы на другие нужды.

4.5. В МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» ежедневно ведётся учет экономии бюджетных средств, сложившихся за счет пропусков занятий учащимися в связи с болезнью, карантинном, иными причинами.

4.6. Оплата за питание (обед) учащимся МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.», не относящихся к льготной категории, осуществляется родителями безналичным путём ежемесячно до 25 числа текущего месяца за следующим месяцем.

Обеспечение горячим питанием (обед) обучающихся за счёт родительских средств осуществляется на основании заявления родителей (законных представителей) и заключённого договора на оказание услуги по организации горячего питания (обед).

4.7. Классный руководитель должен в оперативном порядке (в течение дня) выяснить причины отсутствия учащегося и учесть наличие ребенка либо его отсутствие при формировании заявки на питание на следующий день.

4.8. В случае отсутствия учащегося в МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» по уважительной причине производится перерасчет родительских средств на организацию питания данного учащегося в последующие дни.

5. Порядок предоставления горячего питания учащимся общеобразовательных организаций

5.1. Горячее питание учащихся МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» осуществляется на основании заявления одного из родителей (законных представителей) учащегося на имя директора МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.».

Предоставление горячего питания МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» осуществляется по единому меню, исходя из стоимости питания на одного ребенка в день согласно Распоряжению, и в соответствии с СанПиНом 2.3/2.4.3590-20.

5.2. Для получения бесплатного питания в МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» родителям (законным представителям) необходимо представить следующие документы:

5.2.1. Для детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей:

- заявление законного представителя;
- правовой акт исполнительного органа власти:
- а) об установлении опеки (попечительства);
- б) о создании приемной семьи;
- СНИЛС ребенка.

5.2.2. Для лиц из числа детей-сирот и детей, оставшихся без попечения родителей:

- заявление данного гражданина;
- правовой акт исполнительного органа власти:
- а) об установлении опеки (попечительства);
- б) о создании приемной семьи;
- СНИЛС гражданина;
- справка о прохождении обучения в образовательном учреждении.

5.2.3. Для детей-инвалидов, посещающих образовательное учреждение:

- заявление родителя (законного представителя);

- справка федерального государственного учреждения медико-социальной экспертизы об установлении инвалидности;
- СНИЛС ребенка.

5.2.4. Для детей с ограниченными возможностями здоровья, посещающих образовательное учреждение:

- заявление родителя (законного представителя);
- заключение региональной или территориальной психо-медико-педагогической комиссии (ПМПК);
- СНИЛС ребенка.

5.2.5. Для детей из малоимущих семей:

- заявление родителя (законного представителя);
- СНИЛС ребенка;
- документ о признании семьи малоимущей, выданным исполнительным органом государственной власти Республики Крым в сфере труда и социальной защиты населения;
- в случаях, когда фамилия ребенка отличается от фамилии родителя, представляется документ, подтверждающий родство.

5.2.6. Для детей из многодетных семей:

- заявление родителя (законного представителя);
- документ, подтверждающий статус многодетной семьи;
- СНИЛС ребенка;
- в случаях, когда фамилия ребенка отличается от фамилии родителя, представляется документ, подтверждающий родство.

5.2.7. Для детей участников специальной военной операции:

- заявление родителя (законного представителя);
- документ, подтверждающий участие родителя (законного представителя) в боевых действиях в ходе специальной военной операции, или подтверждающий выполнение родителем (законным представителем) задач, связанных со специальной военной операцией, или подтверждающий факт смерти (гибели) родителя (законного представителя) в связи с выполнением задач или участием в боевых действиях в ходе специальной военной операции;
- в случаях, когда фамилия ребенка отличается от фамилии родителя, представляется документ, подтверждающий родство;
- СНИЛС ребенка.

5.2.8. Дети, которые находятся на иждивении участника СВО:

- заявление родителя (законного представителя);
- документ, подтверждающий участие родителя (законного представителя) в боевых действиях в ходе специальной военной операции, или подтверждающий выполнение родителем (законным представителем) задач, связанных со специальной военной операцией, или подтверждающий факт смерти (гибели) родителя (законного представителя) в связи с выполнением задач или участием в боевых действиях в ходе специальной военной операции;
- справка органа местного самоуправления, подтверждающая факт нахождения ребенка на иждивении участника СВО;
- СНИЛС ребенка.

5.2.9. Дети, один из родителей (законных представителей) которых находится в повторном браке за участником СВО:

- заявление родителя (законного представителя);
- документ, подтверждающий участие родителя (законного представителя) в боевых действиях в ходе специальной военной операции, или подтверждающий выполнение родителем (законным представителем) задач, связанных со специальной военной

операцией, или подтверждающий факт смерти (гибели) родителя (законного представителя) в связи с выполнением задач или участием в боевых действиях в ходе специальной военной операции;

- свидетельство о браке с участником СВО;
- СНИЛС ребенка;
- в случаях, когда фамилия ребенка отличается от фамилии родителя, представляется документ, подтверждающий родство.

5.3. Дети с ограниченными возможностями здоровья, дети-инвалиды и дети-инвалиды, имеющие статус обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, которые получают образование на дому - обеспечиваются бесплатным двухразовым питанием (сухим пайком) или получают компенсацию за питание в денежном эквиваленте.

Установить, что компенсация за питание в денежном эквиваленте для детей с ограниченными возможностями здоровья, детей-инвалидов и детей - инвалидов, имеющих статус обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, получающих образование на дому, выплачивается за счет средств бюджета муниципального образования Черноморский район Республики Крым и составляет на 1 ребенка в день:

- для учащихся 1-4 классов 159 руб. 44 коп.
- для учащихся 5-11 классов 182 руб. 51 коп.

5.4. Компенсация за питание предоставляется одному из родителей (законному представителю) в размере 100 процентов стоимости питания.

5.5. Для получения компенсации родители (законные представители) ребёнка предоставляют в МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» следующие документы:

- заявление на получение компенсации на имя руководителя общеобразовательной организации. В заявлении указываются ФИО родителя, который будет получать компенсацию, способ получения компенсации – путём перечисления соответствующих сумм на лицевой (расчётный) счёт в кредитной организации с указанием номера лицевого (расчётного) счёта получателя или фактическое получение в виде сухого пайка.
- акт медико-социальной экспертизы (копию).

5.6. Предоставление компенсации осуществляется МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» на основании приказа 1 раз в месяц, до 10 числа месяца, следующего за отчётным.

5.7. Выплата денежной компенсации за питание обеспечивается путём перечисления денежных средств на расчётный счёт родителя. Выдача компенсации в виде сухого пайка осуществляется по акту приёма-передачи.

5.8. МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» рассматривает документы заявителя на обеспечение бесплатным горячим питанием в течение 5 рабочих дней после приёма документов.

5.9. Основанием для отказа в назначении бесплатного горячего питания является:

- несоответствие обучающегося категории, установленной в пункте 2.5.;
- предоставление родителями (законными представителями) обучающегося в МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» неполного пакета документов, указанных в пунктах 5.2.1 - 5.2.5. настоящего Положения.

5.10. В условиях нештатной ситуации, а также модернизации пищеблока бесплатное питание заменяется сухим пайком, реализуемым в потребительской упаковке.

6. Порядок организации горячего питания

6.1. Режим питания в МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» определяется санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами (СанПиН 2.4.5.2409-08 и СанПиН 2.3/2.4.3590-20.).

6.2. Питание учащихся осуществляется на основании примерного меню на период не менее двух недель, которое утверждается директором МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» и согласовывается с территориальным органом Роспотребнадзора.

Примерное меню составляется в соответствии с требованиями и нормами СанПиН 2.4.5.2409-08 и СанПиН 2.3/2.4.3590-20.

6.3. Фактическое меню ежедневно утверждается директором МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.», подписывается заведующим производством (шеф-поваром или поваром) и медицинской сестрой.

6.4. Ежедневное меню должно содержать информацию о количественном выходе блюд (для сложных блюд с разбивкой по составным частям блюда), энергетической и пищевой ценности, стоимости блюд.

6.5. Отпуск горячего питания обучающимся организуется по классам согласно утверждённому МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» графику организации питания.

7. Контроль за обеспечением горячего питания

7.1. Администрация МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.», согласно должностным обязанностям, контролирует:

- выполнение требований санитарных правил и норм сотрудниками организации;
- организацию производственного и лабораторного контроля;
- прием на работу лиц, имеющих допуск по состоянию здоровья, прошедших профессиональную гигиеническую подготовку и аттестацию;
- выполнение постановлений, предписаний органов Роспотребнадзора;
- условия труда работников в соответствии с действующим законодательством, санитарными правилами и гигиеническими нормативами;
- эффективную работу санитарно-технического, технологического, холодильного и другого оборудования организации;
- осуществляет контроль за обеспечением и качеством питания учащихся;
- создание необходимых условий для организации питания учащихся.

7.2. Ответственный за организацию питания в МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.»:

- координирует и контролирует деятельность работников пищеблока, поставщиков продуктов питания и организаций, предоставляющих питание;
- контролирует заявки на количество учащихся для предоставления питания;
- предоставляет указанное количество учащихся в бухгалтерию для расчета размера средств, необходимых для обеспечения питанием;
- организовывает и контролирует учёт фактической посещаемости учащихся;
- инициирует, разрабатывает и координирует работу по формированию культуры здорового питания учащихся и их родителей;
- осуществляет мониторинг удовлетворенности качеством питания;
- осуществляет контроль за организацией питания и соблюдением питьевого режима для учащихся.

8. Обязанности медицинской сестры

8.1. Медицинская сестра обеспечивает:

- наличие личных медицинских книжек на каждого работника;
- своевременное прохождение периодических медицинских обследований всеми работниками в установленном порядке;
- организацию курсовой гигиенической подготовки и переподготовки по программе гигиенического обучения не реже 1 раза в 2 года в установленном порядке;

- наличие санитарного журнала установленной формы;
- проведение мероприятий по дезинфекции, дезинсекции и дератизации;
- наличие аптек для оказания первой медицинской помощи и их своевременное обновление;
- организацию санитарно-просветительской работы с персоналом путем проведения семинаров, бесед, лекций.

8.2. Медицинская сестра осуществляет ежедневный контроль за соблюдением санитарно-противоэпидемического и учебно-воспитательного режимов и проведение оздоровительных мероприятий.

8.3. Нарушение санитарно-эпидемиологических правил и норм влечет дисциплинарную, административную ответственность в соответствии с федеральным законом Российской Федерации от 30.03.1999 № 52-ФЗ «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения».

9. Права и обязанности родителей (законных представителей) учащихся

9.1. Родители (законные представители) учащихся имеют право:

- подавать заявление на обеспечение своих детей льготным питанием в случаях, предусмотренных действующими нормативными правовыми актами;
- вносить предложения по улучшению организации питания учащихся лично, через родительские комитеты, руководство МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.»;
- знакомиться с примерным и ежедневным меню, ценами на готовую продукцию в столовой;
- принимать участие в деятельности Совета школы по вопросам организации питания учащихся.

9.2. Родители (законные представители) учащихся обязаны:

- при представлении заявления на льготное питание ребенка предоставить администрации МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» все необходимые документы, предусмотренные действующими нормативными правовыми актами;
- своевременно вносить плату за питание ребенка;
- своевременно сообщать классному руководителю о болезни ребенка или его временном отсутствии для снятия его с питания на период его фактического отсутствия;
- своевременно предупреждать медицинскую сестру или классного руководителя об имеющихся у ребенка аллергических реакциях на продукты питания;
- вести разъяснительную работу со своими детьми по привитию им навыков здорового образа жизни и правильного питания;
- родители, (законные представители) учащихся, несут ответственность за своевременность и достоверность предоставленных документов.

10. Информационно-просветительская работа и мониторинг организации питания

10.1. МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» с целью совершенствования организации питания:

- организует постоянную информационно-просветительскую работу по повышению уровня культуры питания учащихся в рамках учебной деятельности (в предметном содержании учебных курсов) и внеурочных мероприятий;
- оформляет и регулярно обновляет информационные стенды, посвящённые вопросам формирования культуры питания;

- организует систематическую просветительскую работу с родителями по вопросам роли здорового питания в формировании жизнедеятельности человека, необходимости обеспечения ежедневного сбалансированного питания, развития культуры питания, пропаганде здорового образа жизни, правильного питания в домашних условиях;
- проводит мониторинг организации питания и своевременно (согласно установленным срокам и формам) направляет сведения по показателям эффективности реализации мероприятий по совершенствованию организации питания.

10.2. Вопросы организации питания (анализ ситуации, итоги, проблемы, результаты социологических опросов, предложения по улучшению питания, формированию культуры питания и др.) не реже 1 раза в полугодие обсуждаются на родительских собраниях в классах (группах), не реже 1 раза в год выносятся на обсуждение в рамках общешкольного собрания, публичного отчета.

10.3. Классные руководители предусматривают в планах воспитательной работы мероприятия, направленные на формирование здорового образа жизни обучающихся, потребности в сбалансированном и рациональном питании.

11. Основные требования к организации горячего питания учащихся

11.1. Для обеспечения обучающихся здоровым питанием необходимо разрабатывать рацион питания, составными частями которого являются оптимальная количественная и качественная структура питания, гарантированная безопасность, технологическая и кулинарная обработка продуктов и блюд с учетом физиологически обоснованного режима питания.

Допускается в течение дня отступление от норм калорийности по отдельным приемам пищи в пределах +/- 5% при условии, что средний процент пищевой ценности за неделю будет соответствовать требованиям по каждому приему пищи.

На основании примерного меню разрабатываются технологические карты в строгом соответствии со сборником рецептурных блюд.

11.2. В суточном рационе питания учащихся оптимальное соотношение пищевых веществ (белков, жиров и углеводов) должно составлять 1:1:4 или в процентном отношении от калорийности как 10 - 15%, 30 - 32% и 55 - 60% соответственно, а соотношение кальция к фосфору как 1:1,5.

11.3. Не допускается замена горячего питания выдачей продуктов в потребительской таре. В исключительных случаях (отсутствием водоснабжения, электроэнергии, др.), по согласованию с территориальным органом Роспотребнадзора допускается выдача детям буфетной продукции в потребительской таре.

11.4. В МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» должны соблюдаться условия хранения продуктов в соответствии с требованиями и нормами СанПиН.

11.5. Должна быть осуществлена маркировка всего оборудования и вспомогательного инструмента согласно требованиям и нормам СанПиН (холодильного оборудования, производственных столов, разделочного инвентаря, кухонной посуды).

12. Составление рационов горячего питания для учащихся и определение его стоимости

12.1. Типовой рацион определяется в пределах фактически выделяемых бюджетом средств на организацию питания обучающихся. Не допускается утверждение типового рациона, не обеспеченного соответствующими бюджетными средствами, так как создаются предпосылки для закупок продуктов низкого качества.

12.2. Примерное меню необходимо составлять на период двух недель в соответствии с рекомендуемыми формами составления примерного меню и раскладок, содержащих количественные данные о рецептуре блюд.

При разработке примерного меню учитывают продолжительность пребывания учащихся в МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.» возрастную категорию и физические нагрузки обучающихся.

Меню должно содержать информацию о количественном составе блюд, энергетической и пищевой ценности, включая содержание витаминов и минеральных веществ в каждом блюде. Обязательно приводятся ссылки на рецепты используемых блюд и кулинарных изделий в соответствии со сборниками рецептов. Наименование блюд и кулинарных изделий, указываемых в примерном меню, должны соответствовать их наименованиям, указанным в использованных сборниках рецептов.

При разработке меню для питания учащихся необходимо отдавать предпочтение свежеприготовленным блюдам, не подвергавшимся повторной термической обработке, включая разогрев замороженных блюд; не допускать повторение одних и тех же блюд или кулинарных изделий в один и тот же день или в последующие 2 - 3 дня.

12.3. Технологические и калькуляционные карты на блюда, которые входят в состав меню, разрабатываются на каждое блюдо на основании Сборника рецептов и утверждаются руководителем образовательной организации.

12.4. В общественном питании калькуляцией называется исчисление продажной цены единицы продукции (одного блюда, одной порции, одного килограмма и т.п.). Калькуляция составляется на калькуляционных карточках установленной формы на основании сборников рецептов, цен на сырье и т.п.

На каждое наименование продукции требуется составлять отдельную калькуляционную карточку. В случае изменения цены хотя бы на один вид сырья, необходимо сделать новый расчет в новой калькуляционной карточке и установить продажную цену на продукцию.

13. Заключительные положения

13.1. Настоящее Положение является локальным нормативным актом, регламентирующим деятельность школы по вопросам питания, принимается на Совете школы и утверждается приказом директора общеобразовательного учреждения.

13.2. Положение принимается на неопределенный срок.

13.3. После принятия Положения (или изменений и дополнений отдельных пунктов и разделов) в новой редакции предыдущая редакция автоматически утрачивает силу.

**Режим питания обучающихся
МБОУ «Черноморская СШ №3 им. Пудовкина Ф.Ф.»**

| Время | Классы |
|---|--|
| ЗАВТРАК | |
| 08:40 – 09:00 | 1 – А, 1 – Б, 1 – В, 2 – А, 2 – Б |
| 09:35 – 09:55 | 3 – А, 3 – Б, 3 – В, 4 – А, 4 – Б |
| 09:40 – 10:00 | учащиеся льготных категорий 5 – 7 классов |
| 10:45 – 11:05 | Учащиеся льготной категории 8 – 11 классов |
| 11:05 – 11:20 проветривание, дезобработка | |
| ОБЕД | |
| 11:50 – 12:10 | учащиеся льготных категорий и питающиеся за счет родительских средств 1 – 4 классов |
| 12:45 – 13:05 | учащиеся льготных категорий и питающиеся за счет родительских средств 5 – 11 классов |
| 13:05 – 13:20 проветривание, дезобработка | |

Десятидневное меню (осенне-зимний период)

Возрастная категория: 7-11
лет

1 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность,ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-----------------------------|---------------------------------------|---------------|------------------|---------|------------|------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы,г | | | |
| НЕДЕЛЯ 1 | | ДЕНЬ 1 | | | | | | |
| ЗАВТРАК | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА С МАСЛОМ | 220 | 6,09 | 10,88 | 47,99 | 315,00 | 177 | 2017 |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 15 | 3,48 | 6,43 | 0,00 | 54,00 | 15 | 2017 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,00 | 14 | 2017 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,30 | 2,90 | 13,80 | 104,00 | 462 | 2021 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 2,00 | 0,38 | 10,00 | 51,50 | 574 | 2021 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 45 | 3,42 | 0,36 | 22,14 | 95,30 | 573 | 2021 |
| | ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | 2017 |
| Итого за прием пищи: | | 615 | 18,77 | 28,6 | 103,86 | 732,8 | | |
| Итого за день: | | 615 | 18,77 | 28,6 | 103,86 | 732,8 | | |

2 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность,ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-----------------|-----------------------------|---------------|------------------|---------|------------|------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы,г | | | |
| НЕДЕЛЯ 1 | | ДЕНЬ 2 | | | | | | |
| ЗАВТРАК | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 6,00 | 70\71 | 2017 |

| | | | | | | | | |
|-----------------------------|---------------------------|-----|------------|--------|------------|--------|-----|------|
| | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | 165 | 8,74 | 8,25 | 34,94 | 249,73 | 204 | 2017 |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 207 | 0,20 | 0,10 | 9,30 | 38,00 | 457 | 2021 |
| | СДОБЫЕ ИЗДЕЛИЯ | 50 | 4,00 | 1,40 | 23,90 | 114,10 | 545 | 2021 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 83,60 | 573 | 2021 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,40 | 0,46 | 12,00 | 61,80 | 574 | 2021 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | | 552 | 18,8552941 | 10,586 | 100,841176 | 553,23 | | |
| Итого за день: | | 552 | 18,86 | 10,59 | 100,84 | 553,23 | | |

3 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-----------------------------|-----------------------------------|-----------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| НЕДЕЛЯ 1 | ДЕНЬ 3 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ | 60 | 0,51 | 3,03 | 1,55 | 35,48 | 21 | 2017 |
| | или ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 6,00 | 70\71 | 2017 |
| | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ | 120 | 9,90 | 9,66 | 14,11 | 183,00 | 239 | 2011 |
| | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,06 | 4,80 | 20,40 | 137,30 | 312 | 2017 |
| | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,40 | 84,80 | 389 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 45 | 3,42 | 0,36 | 22,14 | 95,30 | 573 | 2021 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 2,00 | 0,38 | 10,00 | 51,50 | 574 | 2021 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | | 600 | 19,89 | 18,23 | 88,595 | 587,375 | | |
| Итого за день: | | 600 | 19,89 | 18,23 | 88,595 | 587,375 | | |

4 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность,ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-----------------------------|---------------------------------|-----------|------------------|---------|------------|------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы,г | | | |
| НЕДЕЛЯ 1 | ДЕНЬ 4 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЙОГУРТОМ | 135/50 | 24,80 | 17,00 | 24,50 | 354,90 | 223 | 2017 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 62,70 | 573 | 2011 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ | 210 | 0,20 | 0,10 | 9,30 | 38,00 | 457 | 2021 |
| | ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | 2017 |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | | 525 | 27,68 | 17,74 | 58,36 | 502,6 | | |
| Итого за день: | | 525 | 27,68 | 17,74 | 58,36 | 502,6 | | |

5 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность,ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-----------------|--|-----------|------------------|---------|------------|------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы,г | | | |
| НЕДЕЛЯ 1 | ДЕНЬ 5 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 60 | 0,96 | 3,6 | 4,92 | 56,4 | 9 | 2021 |
| | или САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ | 60 | 0,79 | 1,95 | 3,77 | 36,24 | 45 | 2017 |
| | ГУЛЯШ | 100 | 14,80 | 17,10 | 3,00 | 225,20 | 260 | 2021 |
| | КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ | 150 | 4,58 | 5,00 | 20,50 | 145,50 | 303 | 2017 |
| | СОКИ ФРУКТОВЫЕ | 200 | 1,00 | 0,00 | | 84,80 | 389 | 2017 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 83,60 | 573 | 2021 |

| | | | | | | | | |
|-----------------------------|-------------|-----|-------|-------|-------|--------|-----|------|
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 2,00 | 0,38 | 10,00 | 51,50 | 574 | 2021 |
| Итого за прием пищи: | | 575 | 26,38 | 26,40 | 56,95 | 647,00 | | |
| Итого за день: | | 575 | 26,38 | 26,40 | 56,95 | 647,00 | | |

6 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность,ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-----------------------------|---|-----------|------------------|---------|------------|------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы,г | | | |
| НЕДЕЛЯ 2 | ДЕНЬ 6 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С М/С | 220 | 6,09 | 10,88 | 47,99 | 315,00 | 177 | 2017 |
| | или КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧ.ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С М/С | 210 | 6,11 | 10,72 | 32,38 | 251,00 | 181 | 2017 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 2,00 | 0,38 | 10,00 | 51,50 | 574 | 2021 |
| | БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ | 55 | 2,40 | 4,50 | 28,50 | 161,70 | 2 | 2021 |
| | НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ НА МОЛОКЕ | 200 | 2,80 | 2,50 | 13,60 | 88,00 | 379 | 2017 |
| | ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | 2017 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,00 | 14 | 2017 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | | 610 | 13,77 | 25,91 | 110,02 | 729,2 | | |
| Итого за день: | | 610 | 13,77 | 25,91 | 110,02 | 729,2 | | |

7 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность,ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|------------|--------------------|-----------|------------------|---------|------------|------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы,г | | | |

| НЕДЕЛЯ 2 | | ДЕНЬ 7 | | | | | | |
|----------------------|----------------------------------|--------|-------|-------|--------|--------|-------|------|
| ЗАВТРАК | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ | 60 | 0,45 | 0,08 | 1,05 | 7,80 | 70/71 | 2017 |
| | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | 165 | 8,74 | 8,25 | 34,94 | 249,73 | 204 | 2017 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,70 | 0,70 | 9,70 | 51,80 | 574 | 2021 |
| | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,40 | 84,80 | 389 | 2017 |
| | ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | 2017 |
| | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 50 | 3,75 | 4,90 | 42,20 | 232,50 | К/К | 2011 |
| Итого за прием пищи: | | 595 | 16,04 | 14,33 | 118,09 | 673,63 | | |
| Итого за день: | | 595 | 16,04 | 14,33 | 118,09 | 673,63 | | |

8 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|----------------------|---|-----------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| НЕДЕЛЯ 2 | ДЕНЬ 8 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ | 60 | 0,65 | 2,90 | 8,22 | 62,34 | 53 | 2017 |
| | ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ | 100 | 2,72 | 7,76 | 3,81 | 159,00 | 261\332 | 2017 |
| | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 150 | 3,06 | 4,80 | 20,40 | 137,30 | 312 | 2017 |
| | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100,00 | 386 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 45 | 3,42 | 0,36 | 22,14 | 95,30 | 573 | 2021 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 2,00 | 0,38 | 10,00 | 51,50 | 574 | 2021 |
| Итого за прием пищи: | | 580 | 17,65 | 21,20 | 72,57 | 605,44 | | |
| Итого за день: | | 580 | 17,65 | 21,20 | 72,57 | 605,44 | | |

9 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность,ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-----------------------------|--------------------------------|---------------|------------------|---------|------------|------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы,г | | | |
| НЕДЕЛЯ 2 | | ДЕНЬ 9 | | | | | | |
| ЗАВТРАК | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 6,00 | 70/71 | 2017 |
| | ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ | 100 | 11,28 | 11,84 | 13,90 | 202,00 | 290/331 | 2017 |
| | КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ | 150 | 4,58 | 5,00 | 20,50 | 145,50 | 303 | 2017 |
| | КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,20 | 0,02 | 26,40 | 106,00 | 480 | 2021 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 45 | 3,42 | 0,36 | 22,14 | 95,30 | 573 | 2021 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 2,00 | 0,38 | 10,00 | 51,50 | 574 | 2021 |
| | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | 2017 |
| Итого за прием пищи: | | 680 | 22,36 | 18,06 | 103,76 | 653,3 | | |
| Итого за день: | | 680 | 22,36 | 18,06 | 103,76 | 653,3 | | |

10 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | пищевые вещества | | | Энергетическая ценность,ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-----------------|-------------------------------------|----------------|------------------|---------|------------|------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы,г | | | |
| НЕДЕЛЯ 2 | | ДЕНЬ 10 | | | | | | |
| ЗАВТРАК | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ | 60 | 0,80 | 3,60 | 3,90 | 52,10 | 55 | 2017 |
| | или ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,02 | 6,00 | 70/71 | 2017 |
| | МЯСО ДУХОВОЕ (РАГУ ИЗ МЯСА) | 240 | 16,00 | 21,20 | 23,60 | 378,40 | 258 | 2017 |
| | ЧАЙ С ЛИМОНОМ | 207 | 0,20 | 0,10 | 9,30 | 38,00 | 457 | 2021 |

| | | | | | | | | |
|-----------------------------|----------------|-----|--------|-------|-------|---------|-----|------|
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 45 | 3,42 | 0,36 | 22,14 | 95,30 | 573 | 2021 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 2,00 | 0,38 | 10,00 | 51,50 | 574 | 2021 |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | | 577 | 22,415 | 25,64 | 68,94 | 615,295 | | |
| Итого за день: | | 577 | 22,415 | 25,64 | 68,94 | 615,295 | | |

Основное (организованное) меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: 7-11 лет

| Прием пищи | Наименование блюда | вес блюда, гр | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|------------------------|--|---------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 1 День 1 | | | | | | | | |
| ОБЕД | Салат витаминный | 60 | 0,72 | 3,06 | 3,30 | 43,80 | 2 | Пермь, 2021 |
| | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 2,38 | 2,20 | 13,71 | 94,08 | 103 | Москва, 2011 |
| | Птица тушеная в соусе | 100 | 13,70 | 14,80 | 3,50 | 208,80 | 290/331 | Москва, 2011 |
| | Каша вязкая из крупы пшениной | 150 | 4,22 | 5,06 | 15,83 | 159,08 | 303 | Москва, 2011 |
| | Сок фруктовый | 200 | 1,00 | 0,20 | 20,22 | 92,00 | 389 | Москва, 2011 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,40 | 0,45 | 12,03 | 61,80 | 574 | Пермь, 2021 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,00 | 573 | Пермь, 2021 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | Москва, 2011 |

| Итого за приём пищи: | | 890 | 28,62 | 26,57 | 102,99 | 823,56 | | |
|-----------------------------|-------------------------------|-----------------|------------------|--------------|----------------|----------------------------------|-------------|---------------------|
| Прием пищи | Наименование блюда | вес блюда,гр | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 1 День 2 | | | | | | | | |
| ОБЕД | Овощи натуральные (по сезону) | 60 | 0,48 | 0,08 | 1,42 | 8,00 | 70/71 | Москва, 2011 |
| | Борщ с картофелем и капустой | 200 | 1,40 | 4,00 | 9,90 | 82,00 | 82 | Москва, 2011 |
| | Плов | 250 | 27,48 | 45,28 | 43,36 | 680,00 | 265 | Москва, 2011 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,40 | 0,00 | 18,20 | 76,20 | 349 | Москва, 2011 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,40 | 0,45 | 12,03 | 61,80 | 574 | Пермь, 2021 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,00 | 573 | Пермь,202 1 |
| Итого за приём пищи: | | 790 | 35,96 | 50,21 | 109,51 | 1025 | | |
| Прием пищи | Наименование блюда | вес блюда,гр | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 1 День 3 | | | | | | | | |
| ОБЕД | Винегрет овощной | 60 | 0,90 | 6,12 | 4,38 | 76,02 | 67 | Москва, 2011 |
| | Рассольник ленинградский | 200 | 1,90 | 4,10 | 13,20 | 97,84 | 96 | Москва, 2011 |
| | Гуляш | 100 | 14,80 | 17,10 | 3,00 | 225,20 | 260 | Москва, 2011 |

| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,40 | 4,20 | 25,96 | 194,08 | 309 | Москва, 2011 |
|-----------------------------|-------------------------------------|---------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | Компот из свежих фруктов | 200 | 0,25 | 0,25 | 22,30 | 110,00 | 342 | Москва, 2011 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,40 | 0,45 | 12,03 | 61,08 | 574 | Пермь, 2021 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,00 | 573 | Пермь, 2021 |
| | | | | | | | | |
| Итого за приём пищи: | | 790 | 29,45 | 32,62 | 105,47 | 881,22 | | |
| Прием пищи | Наименование блюда | вес блюда, гр | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 1 День 4 | | | | | | | | |
| ОБЕД | Салат из свеклы с солеными огурцами | 60 | 0,80 | 3,60 | 3,90 | 52,08 | 55 | Москва, 2011 |
| | Суп картофельный с горохом | 200 | 4,60 | 4,40 | 13,06 | 117,84 | 102 | Москва, 2011 |
| | Фрикадельки мясные в соусе | 105 | 8,79 | 11,54 | 11,08 | 186,00 | 280/331 | Москва, 2011 |
| | Каша вязкая из крупы пшеничная | 150 | 4,00 | 4,10 | 16,00 | 150,17 | 303 | Москва, 2011 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,90 | 0,18 | 18,20 | 82,80 | 389 | Москва, 2011 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,40 | 0,45 | 12,03 | 61,80 | 574 | Пермь, 2021 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,00 | 573 | Пермь, 2021 |
| | Кондитерские изделия | 25 | 1,55 | 9,50 | 10,60 | 103,75 | 582 | Пермь, 2021 |
| Итого за приём пищи: | | 820 | 26,84 | 34,17 | 109,47 | 871,44 | | |

| Прием пищи | Наименование блюда | вес блюда,гр | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|-----------------------------|-------------------------------|-----------------|------------------|--------------|----------------|----------------------------------|-------------|---------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 1 День 5 | | | | | | | | |
| ОБЕД | Овощи натуральные (по сезону) | 60 | 0,48 | 0,08 | 1,42 | 8,00 | 70/71 | Москва, 2011 |
| | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,40 | 4,00 | 9,90 | 82,00 | 82 | Москва, 2011 |
| | Фрикадельки рыбные | 120 | 8,68 | 8,18 | 8,89 | 103,80 | 240 | Москва, 2011 |
| | Картофельное пюре | 150 | 3,80 | 5,30 | 20,44 | 218,00 | 312 | Москва, 2011 |
| | Чай с сахаром, с лимоном | 200/7 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 | 377 | Москва, 2011 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,40 | 0,45 | 12,03 | 61,80 | 574 | Пермь, 2021 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,00 | 573 | Пермь, 2021 |
| Итого за приём пищи: | | 817 | 20,69 | 18,43 | 92,48 | 652,6 | | |
| Прием пищи | Наименование блюда | вес блюда,гр | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 2 День 6 | | | | | | | | |
| ОБЕД | Салат витаминный | 60 | 0,72 | 3,06 | 3,30 | 43,80 | 2 | Пермь, 2021 |
| | Суп картофельный с горохом | 200 | 4,60 | 4,40 | 13,06 | 117,84 | 102 | Москва, 2011 |

| | Плов из птицы | 250 | 21,17 | 13,07 | 16,07 | 381,70 | 291 | Москва, 2011 |
|-----------------------------|--------------------------------|---------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | Сок фруктовый | 200 | 0,90 | 0,18 | 18,20 | 82,80 | 389 | Москва, 2011 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,40 | 0,45 | 12,03 | 61,80 | 574 | Пермь, 2021 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,00 | 573 | Пермь, 2021 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | Москва, 2011 |
| | | | | | | | | |
| Итого за приём пищи: | | 890 | 33,99 | 21,96 | 97,06 | 851,94 | | |
| Прием пищи | Наименование блюда | вес блюда, гр | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 2 День 7 | | | | | | | | |
| ОБЕД | Овощи натуральные (по сезону) | 60 | 0,48 | 0,08 | 1,40 | 8,00 | 70/71 | Москва, 2011 |
| | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 1,40 | 4,00 | 9,90 | 82,00 | 82 | Москва, 2011 |
| | Котлета любительская | 100 | 12,50 | 10,50 | 5,20 | 84,00 | 308 | Пермь, 2021 |
| | Каша вязкая из крупы гречневой | 150 | 8,42 | 4,90 | 20,30 | 142,70 | 303 | Москва, 2011 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,40 | 0,00 | 18,20 | 76,20 | 349 | Москва, 2011 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,40 | 0,45 | 12,03 | 61,80 | 574 | Пермь, 2021 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,00 | 573 | Пермь, 2021 |

| | | | | | | | | |
|-----------------------------|---|-------------------------|-------------------------|--------------------|------------------------|--|--------------------|-----------------------------|
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | Москва, 2011 |
| Итого за приём пищи: | | 890 | 29,8 | 20,73 | 101,43 | 618,7 | | |
| Прием пищи | Наименование блюда | вес блюда,гр | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 2 День 8 | | | | | | | | |
| ОБЕД | Салат из квашеной капусты | 60 | 0,96 | 3,60 | 4,92 | 56,40 | 9 | Москва, 2011 |
| | или Салат из свежей белокачанной капусты | 60 | 0,79 | 1,95 | 3,77 | 36,24 | 45 | Москва, 2011 |
| | Рассольник ленинградский | 200 | 1,90 | 4,10 | 13,20 | 97,84 | 96 | Москва, 2011 |
| | Биточки | 100 | 16,50 | 24,00 | 14,32 | 344,00 | 268 | Москва, 2011 |
| | Каша вязкая из крупы пшеничной | 150 | 4,00 | 4,10 | 16,00 | 150,17 | 303 | Москва, 2011 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,90 | 0,18 | 18,20 | 82,80 | 389 | Москва, 2011 |
| | Хлеб ржаной | 30 | 2,40 | 0,45 | 12,03 | 61,80 | 574 | Пермь, 2021 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,00 | 573 | Пермь,202 1 |
| Итого за приём пищи: | | 790 | 30,2875 | 35,18 | 102,115 | 889,85 | | |
| Прием пищи | Наименование блюда | вес блюда,гр | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 2 День 9 | | | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|-----------------------------|-------------------------------------|----------------------|-------------------------|----------------|--------------------|--------------------------------------|--------------------|-------------------------|
| ОБЕД | Салат из свеклы с солеными огурцами | 60 | 0,80 | 3,60 | 3,90 | 52,08 | 55 | Москва, 2011 |
| | Суп картофельный с горохом | 200 | 4,60 | 4,40 | 13,06 | 117,84 | 102 | Москва, 2011 |
| | Фрикадельки мясные в соусе | 105 | 8,79 | 11,54 | 11,08 | 186,00 | 280/331 | Москва, 2011 |
| | Макаронные изделия отварные | 150 | 5,40 | 4,20 | 25,96 | 194,08 | 309 | Москва, 2011 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,90 | 0,18 | 18,20 | 82,80 | 389 | Москва, 2011 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,20 | 0,60 | 16,04 | 82,40 | 574 | Пермь, 2021 |
| | Хлеб пшеничный | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 117,00 | 573 | Пермь, 2021 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | Москва, 2011 |
| Итого за приём пищи: | | 905 | 27,89 | 25,32 | 122,64 | 879,2 | | |
| Прием пищи | Наименование блюда | вес блюда, гр | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| Неделя 2 День 10 | | | | | | | | |
| ОБЕД | Икра кабачковая | 60 | 1,10 | 8,00 | 44,80 | 95,50 | к/к | Москва, 2011 |
| | Суп картофельный с крупой | 200 | 1,70 | 2,10 | 13,70 | 81,10 | 101 | Москва, 2011 |
| | Котлеты, рубленые из птицы | 100 | 12,10 | 9,70 | 9,80 | 175,00 | 374 | Пермь, 2021 |
| | Каша вязкая из крупы гречневой | 150 | 8,42 | 4,90 | 20,30 | 142,70 | 303 | Москва, 2011 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,40 | 0,00 | 18,20 | 76,20 | 342 | Москва, 2011 |

| | | | | | | | | |
|-----------------------------|----------------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|-----|----------------|
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,20 | 0,60 | 16,04 | 82,40 | 574 | Пермь, 2021 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,40 | 573 | Пермь,202 1 |
| | Кондитерские изделия | 25 | 1,55 | 9,50 | 10,60 | 103,75 | 582 | Пермь,202 1 |
| Итого за приём пищи: | | 835 | 33,03 | 35,28 | 162,96 | 897,05 | | |

Возрастная категория: старше 12 лет

1 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность,ккал | № рецептуры | Сборник рецептур |
|---------------------------------|---|--------------|------------------|--------------|-----------------|---------------------------------|----------------|---------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы , г | | | |
| НЕДЕЛЯ 1 | ДЕНЬ 1 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА С МАСЛОМ | 250 | 6,92 | 12,36 | 54,53 | 357,95 | 177 | 2017 |
| | СЫР (ПОРЦИЯМИ) | 15 | 3,48 | 6,43 | 0,00 | 54,00 | 15 | 2017 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,00 | 14 | 2017 |
| | КАКАО С МОЛОКОМ | 200 | 3,30 | 2,90 | 13,80 | 104,00 | 462 | 2021 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 2,00 | 0,38 | 10,00 | 51,50 | 574 | 2021 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 45 | 3,42 | 0,36 | 22,14 | 95,30 | 573 | 2021 |
| | ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | 2017 |
| Итого за прием пищи: | | 645 | 19,6 | 30,08 | 110,4 | 775,75 | | |
| ОБЕД | Салат витаминный | 100 | 1,20 | 5,10 | 5,50 | 73,00 | 2 | 2021 |
| | Суп картофельный с макаронными изделиями | 250 | 2,98 | 2,75 | 17,14 | 117,60 | 103 | 2011 |
| | Птица тушеная в соусе | 100 | 13,70 | 14,80 | 3,50 | 208,80 | 290/331 | 2011 |
| | Каша вязкая из крупы пшенной | 180 | 5,06 | 6,07 | 19,00 | 190,90 | 303 | 2011 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,90 | 0,18 | 18,20 | 82,80 | 389 | 2011 |

| | | | | | | | | |
|------------------------------|----------------|-------------|-------------|--------------|---------------|----------------|-----|------|
| | Хлеб ржаной | 45 | 3,60 | 0,68 | 18,05 | 92,70 | 574 | 2021 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,40 | 573 | 2021 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | 2011 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи : | | 1035 | 32,4 | 30,46 | 120,71 | 953,2 | | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ : | | 1680 | 52 | 60,54 | 231,11 | 1728,95 | | |

2 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-----------------------------|-------------------------------|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| НЕДЕЛЯ 1 | ДЕНЬ 2 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,00 | 70\71 | 2017 |
| | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | 180/10/5 | 10,58 | 9,99 | 42,32 | 302,51 | 204 | 2017 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ, С ЛИМОНОМ | 200/7 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 | 377 | 2011 |
| | СДОБНЫЕ ИЗДЕЛИЯ | 50 | 4,00 | 1,40 | 23,90 | 114,10 | 545 | 2021 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 83,60 | 573 | 2021 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,40 | 0,46 | 12,00 | 61,80 | 574 | 2021 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | | 622 | 20,95 | 12,29 | 114,80 | 634,01 | | |
| ОБЕД | Овощи натуральные (по сезону) | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,00 | 70/71 | 2011 |
| | Борщ с картофелем и капустой | 250 | 1,75 | 5,00 | 12,38 | 102,50 | 82 | 2011 |
| | Плов | 280 | 38,78 | 50,71 | 48,66 | 761,60 | 265 | 2011 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,40 | 0,00 | 18,20 | 76,20 | 349 | 2011 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,20 | 0,60 | 16,04 | 82,40 | 574 | 2021 |
| | Хлеб пшеничный | 65 | 4,94 | 0,52 | 31,98 | 152,10 | 573 | 2021 |

| | | | | | | | | |
|------------------------------|--|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--|--|
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи : | | 935 | 49,87 | 56,93 | 128,96 | 1184,8 | | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ : | | 1557 | 70,82 | 69,22 | 243,76 | 1818,81 | | |

3 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-----------------------------|-----------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| НЕДЕЛЯ 1 | ДЕНЬ 3 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ | 100 | 0,85 | 5,05 | 2,58 | 59,13 | 21 | 2017 |
| | или ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,00 | 70\71 | 2017 |
| | ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ | 120 | 9,90 | 9,66 | 14,11 | 183,00 | 239 | 2011 |
| | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 180 | 3,67 | 5,76 | 24,48 | 164,76 | 312 | 2017 |
| | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,40 | 84,80 | 389 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 105,89 | 573 | 2021 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,40 | 0,46 | 12,00 | 61,80 | 574 | 2021 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | | 680 | 21,62 | 21,33 | 98,17 | 659,38 | | |
| ОБЕД | Винегрет овощной | 100 | 1,50 | 10,20 | 7,30 | 126,70 | 67 | 2011 |
| | Рассольник ленинградский | 250 | 2,38 | 5,13 | 16,50 | 122,30 | 96 | 2011 |
| | Гуляш | 100 | 14,80 | 17,10 | 3,00 | 225,20 | 260 | 2011 |
| | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,48 | 5,04 | 31,16 | 232,90 | 309 | 2011 |
| | Компот из свежих фруктов | 200 | 0,25 | 0,25 | 22,30 | 110,00 | 342 | 2011 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,20 | 0,60 | 16,04 | 82,40 | 574 | 2021 |

| | | | | | | | | |
|------------------------------|----------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----|------|
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,40 | 573 | 2021 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи : | | 930 | 33,17 | 38,8 | 125,82 | 1039,9 | | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ : | | 1610 | 54,79 | 60,13 | 223,99 | 1699,28 | | |

4 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-----------------------------|-------------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| НЕДЕЛЯ 1 | ДЕНЬ 4 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЙОГУРТОМ | 150/50 | 26,81 | 18,38 | 26,49 | 383,68 | 223 | 2017 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 62,70 | 573 | 2011 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ ,С ЛИМОНОМ | 207 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 | 377 | 2021 |
| | ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | 2017 |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | | 540 | 29,62 | 19,04 | 66,25 | 555,38 | | |
| ОБЕД | Салат из свеклы с солеными огурцами | 100 | 1,33 | 6,00 | 6,50 | 86,80 | 55 | 2011 |
| | Суп картофельный с горохом | 250 | 5,75 | 5,50 | 16,33 | 147,30 | 102 | 2011 |
| | Фрикадельки мясные в соусе | 105 | 8,79 | 11,54 | 11,08 | 186,00 | 280/331 | 2011 |
| | Каша вязкая из крупы пшеничной | 180 | 4,80 | 4,92 | 19,20 | 180,20 | 303 | 2011 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,90 | 0,18 | 18,20 | 82,80 | 389 | 2011 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,20 | 0,60 | 16,04 | 82,40 | 574 | 2021 |

| | | | | | | | | |
|------------------------------|----------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----|------|
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,40 | 573 | 2021 |
| | Кондитерские изделия | 25 | 1,55 | 9,50 | 10,60 | 103,75 | 582 | 2021 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи : | | 960 | 30,88 | 38,72 | 127,47 | 1009,65 | | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ : | | 1500 | 60,5 | 57,76 | 193,72 | 1565,03 | | |

5 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-----------------------------|-----------------------------------|------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| НЕДЕЛЯ 1 | ДЕНЬ 5 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ | 100 | 1,60 | 6,00 | 8,23 | 94,00 | 9 | 2021 |
| | или САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ | 100 | 1,32 | 3,27 | 5,63 | 60,40 | 45 | 2017 |
| | ГУЛЯШ | 100 | 14,80 | 17,10 | 3,00 | 225,20 | 260 | 2011 |
| | КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ | 180 | 5,50 | 6,00 | 24,60 | 174,60 | 303 | 2017 |
| | СОКИ ФРУКТОВЫЕ | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,40 | 84,80 | 389 | 2017 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 105,89 | 573 | 2021 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,40 | 0,46 | 12,00 | 61,80 | 574 | 2021 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | | 660 | 30,42 | 33,23 | 98,46 | 806,69 | | |
| ОБЕД | Овощи натуральные (по сезону) | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,00 | 70/71 | 2011 |
| | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1,75 | 5,00 | 12,38 | 102,50 | 82 | 2011 |
| | Фрикадельки рыбные | 120 | 8,68 | 8,18 | 8,89 | 103,80 | 240 | 2011 |
| | картофельное пюре | 180 | 4,56 | 6,36 | 24,53 | 261,60 | 312 | 2011 |
| | Чай с сахаром, с лимоном | 207 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 | 377 | 2011 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,20 | 0,60 | 16,04 | 82,40 | 574 | 2021 |
| | Хлеб пшеничный | 65 | 4,94 | 0,52 | 31,98 | 152,10 | 573 | 2021 |

| | | | | | | | |
|------------------------------|--|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--|
| | | | | | | | |
| Итого за прием пищи : | | 952 | 24,06 | 20,78 | 110,72 | 774,4 | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ : | | 1612 | 54,48 | 54,01 | 209,18 | 1581,09 | |

6 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-----------------------------|---|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| НЕДЕЛЯ 2 | ДЕНЬ 6 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ С М/С | 250 | 6,92 | 12,36 | 54,53 | 357,95 | 177 | 2017 |
| | или КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧ.ИЗ МАННОЙ КРУПЫ С М/С | 210 | 6,11 | 10,72 | 32,38 | 251,00 | 181 | 2017 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 2,00 | 0,38 | 10,00 | 51,50 | 574 | 2021 |
| | БУТЕРБРОДЫ С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ | 55 | 2,40 | 4,50 | 28,50 | 161,70 | 2 | 2021 |
| | НАПИТОК КОФЕЙНЫЙ НА МОЛОКЕ | 200 | 2,80 | 2,50 | 13,60 | 88,00 | 379 | 2017 |
| | ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | 2017 |
| | МАСЛО СЛИВОЧНОЕ | 10 | 0,08 | 7,25 | 0,13 | 66,00 | 14 | 2017 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | | 640 | 14,6 | 27,39 | 116,56 | 772,15 | | |
| ОБЕД | Салат витаминный | 100 | 1,20 | 5,10 | 5,50 | 73,00 | 2 | 2021 |
| | Суп картофельный с горохом | 250 | 5,75 | 5,50 | 16,33 | 147,30 | 102 | 2011 |
| | Плов из птицы | 280 | 23,72 | 14,64 | 18,00 | 427,50 | 291 | 2011 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,90 | 0,18 | 18,20 | 82,80 | 389 | 2011 |
| | Хлеб ржаной | 45 | 3,60 | 0,68 | 18,05 | 92,70 | 574 | 2021 |

| | | | | | | | | |
|------------------------------|----------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----|------|
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,40 | 573 | 2021 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | 2011 |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи : | | 1035 | 40,13 | 26,98 | 115,4 | 1010,7 | | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ : | | 1675 | 54,73 | 54,37 | 231,96 | 1782,85 | | |

7 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-----------------------------|----------------------------------|------------|------------------|--------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| НЕДЕЛЯ 2 | ДЕНЬ 7 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ | 100 | 0,75 | 0,13 | 1,75 | 13,00 | 70/71 | 2017 |
| | МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ | 180/10/5 | 10,58 | 9,99 | 42,32 | 302,51 | 204 | 2017 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 20 | 1,70 | 0,70 | 9,70 | 51,80 | 574 | 2021 |
| | СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,40 | 84,80 | 389 | 2017 |
| | ПЛОДЫ ИЛИ ЯГОДЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | 2017 |
| | КОНДИТЕРСКИЕ ИЗДЕЛИЯ | 50 | 3,75 | 4,90 | 42,20 | 232,50 | К/К | 2011 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | | 660 | 18,18 | 16,12 | 126,17 | 731,61 | | |
| ОБЕД | Овощи натуральные (по сезону) | 100 | 1,10 | 0,20 | 3,80 | 22,00 | 70/71 | 2011 |
| | Борщ с капустой и картофелем | 250 | 1,75 | 5,00 | 12,38 | 102,50 | 82 | 2011 |
| | Котлета любительская | 100 | 12,50 | 10,50 | 5,20 | 84,00 | 308 | 2021 |
| | Каша вязкая из крупы гречневой | 180 | 10,10 | 5,88 | 24,36 | 171,20 | 303 | 2011 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,40 | 0,00 | 18,20 | 76,20 | 349 | 2011 |
| | Хлеб ржаной | 45 | 3,60 | 0,68 | 18,05 | 92,70 | 574 | 2021 |

| | | | | | | | | |
|------------------------------|----------------|-------------|----------------|----------------|-----------------|------------------|-----|------|
| | Хлеб пшеничный | 65 | 4,94 | 0,52 | 31,98 | 152,10 | 573 | 2021 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | 2011 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи : | | 950 | 34,79 | 23,18 | 123,77 | 747,7 | | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ : | | 1610 | 52,9687 | 39,3037 | 249,9448 | 1479,3133 | | |

8 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-----------------------------|---|------------|------------------|--------------|--------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| НЕДЕЛЯ 2 | ДЕНЬ 8 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЗЕЛеныМ ГОРОШКОМ | 100 | 1,09 | 4,84 | 13,70 | 103,90 | 53 | 2017 |
| | ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ | 100 | 2,72 | 7,76 | 3,81 | 159,00 | 261\332 | 2017 |
| | КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ | 180 | 3,67 | 5,76 | 24,48 | 164,76 | 312 | 2017 |
| | КИСЛОМОЛОЧНЫЙ НАПИТОК | 200 | 5,80 | 5,00 | 8,00 | 100,00 | 386 | 2011 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 105,89 | 573 | 2021 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,40 | 0,46 | 12,00 | 61,80 | 574 | 2021 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | | 660 | 19,48 | 24,22 | 86,59 | 695,35 | | |
| ОБЕД | Салат из квашеной капусты | 100 | 1,60 | 6,00 | 8,23 | 94,00 | 9 | 2021 |
| | или Салат из свежей белокачанной капусты | 100 | 1,32 | 3,27 | 5,63 | 60,40 | 45 | 2017 |
| | Рассольник ленинградский | 250 | 2,38 | 5,13 | 16,50 | 122,30 | 96 | 2011 |
| | Биточки | 100 | 16,50 | 24,00 | 14,32 | 344,00 | 268 | 2011 |
| | Каша вязкая из крупы пшеничной | 180 | 4,80 | 4,92 | 19,20 | 180,20 | 303 | 2011 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,90 | 0,18 | 18,20 | 82,80 | 389 | 2011 |

| | | | | | | | | |
|------------------------------|----------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----|------|
| | Хлеб ржаной | 45 | 3,60 | 0,68 | 18,05 | 92,70 | 574 | 2021 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,40 | 573 | 2021 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи : | | 935 | 34,06 | 38,66 | 121,42 | 1022,8 | | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ : | | 1595 | 53,54 | 62,88 | 208,01 | 1718,15 | | |

9 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-----------------------------|-------------------------------------|------------|------------------|-------------|---------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| НЕДЕЛЯ 2 | ДЕНЬ 9 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ ПО СЕЗОНУ | 100 | 0,80 | 0,10 | 1,70 | 10,00 | 70/71 | 2017 |
| | ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ | 100 | 11,28 | 11,84 | 13,90 | 202,00 | 290/331 | 2017 |
| | КАША ВЯЗКАЯ ИЗ КРУПЫ ГРЕЧНЕВОЙ | 180 | 5,50 | 6,00 | 24,60 | 174,60 | 303 | 2017 |
| | КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ | 200 | 0,20 | 0,02 | 26,40 | 106,00 | 480 | 2021 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 45 | 3,42 | 0,36 | 22,14 | 95,30 | 573 | 2021 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 25 | 2,00 | 0,38 | 10,00 | 51,50 | 574 | 2021 |
| | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | 2017 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | | 750 | 23,596 | 19,1 | 108,54 | 686,4 | | |
| ОБЕД | Салат из свеклы с солеными огурцами | 100 | 1,33 | 6,00 | 6,50 | 86,80 | 55 | 2011 |
| | Суп картофельный с горохом | 250 | 5,75 | 5,50 | 16,33 | 147,30 | 102 | 2011 |
| | Фрикадельки мясные в соусе | 105 | 8,79 | 11,54 | 11,08 | 186,00 | 280/331 | 2011 |
| | Макаронные изделия отварные | 180 | 6,48 | 5,04 | 31,16 | 232,90 | 309 | 2011 |
| | Сок фруктовый | 200 | 0,90 | 0,18 | 18,20 | 82,80 | 389 | 2011 |
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,20 | 0,60 | 16,04 | 82,40 | 574 | 2021 |

| | | | | | | | | |
|------------------------------|----------------|-------------|---------------|--------------|---------------|---------------|-----|------|
| | Хлеб пшеничный | 65 | 4,94 | 0,52 | 31,98 | 152,10 | 573 | 2021 |
| | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 47,00 | 338 | 2011 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи : | | 1040 | 31,79 | 29,78 | 141,09 | 1017,3 | | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ : | | 1790 | 55,386 | 48,88 | 249,63 | 1703,7 | | |

10 день

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность, ккал | № рецептуры | Сборник рецептов |
|-----------------------------|-------------------------------------|------------|------------------|--------------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
| | | | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | | | |
| НЕДЕЛЯ 2 | ДЕНЬ 10 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ОГУРЦАМИ СОЛЕНЫМИ | 100 | 1,33 | 6,00 | 6,50 | 86,83 | 55 | 2017 |
| | ОВОЩИ НАТУРАЛЬНЫЕ | 100 | 0,75 | 0,13 | 1,75 | 13,00 | 70/71 | 2017 |
| | МЯСО ДУХОВОЕ (РАГУ ИЗ МЯСА) | 250 | 16,70 | 22,08 | 24,60 | 394,17 | 258 | 2017 |
| | ЧАЙ С САХАРОМ, С ЛИМОНОМ | 207 | 0,13 | 0,02 | 15,20 | 62,00 | 377 | 2021 |
| | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ | 50 | 3,80 | 0,40 | 24,60 | 105,89 | 573 | 2021 |
| | ХЛЕБ РЖАНОЙ | 30 | 2,40 | 0,46 | 12,00 | 61,80 | 574 | 2021 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи: | | 637 | 24,36 | 28,96 | 82,9 | 710,69 | | |
| ОБЕД | Икра кабачковая | 100 | 1,80 | 13,30 | 74,66 | 159,16 | к/к | 2011 |
| | Суп картофельный с крупой | 250 | 2,13 | 2,80 | 17,13 | 104,50 | 97 | 2011 |
| | Котлеты, рубленые из птицы с соусом | 100 | 12,10 | 9,70 | 9,80 | 175,00 | 374 | 2021 |
| | Каша вязкая из крупы гречневой | 180 | 10,10 | 5,88 | 24,36 | 171,20 | 303 | 2011 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 200 | 0,40 | 0,00 | 18,20 | 76,20 | 342 | 2011 |

| | | | | | | | | |
|----------------------------------|----------------------|-------------|--------------|--------------|---------------|----------------|-----|------|
| | Хлеб ржаной | 40 | 3,20 | 0,60 | 16,04 | 82,40 | 574 | 2021 |
| | Хлеб пшеничный | 60 | 4,56 | 0,48 | 29,52 | 140,40 | 573 | 2021 |
| | Кондитерские изделия | 25 | 1,55 | 9,50 | 10,60 | 103,75 | 582 | 2021 |
| | | | | | | | | |
| Итого за прием пищи : | | 955 | 35,84 | 42,26 | 200,31 | 1012,61 | | |
| ИТОГО ЗА ДЕНЬ : | | 1592 | 60,2 | 71,22 | 283,21 | 1723,3 | | |